Ein gesundes Leben für Menschen ab 40

Bestaging.coach gibt Tipps für ein langes und gesundes Leben

Es ist gerade einmal Februar und schon beginnen die zum Jahreswechsel gefassten, guten Vorsätze bei vielen Menschen zu bröckeln. Weder sind die über die Feiertage angefutterten Pfunde wieder verschwunden, noch wird das Fitness-Studio so oft aufgesucht wie geplant. Zwar wissen die meisten Menschen, wie ein gesunder Lebensstil aussieht, jedoch halten die wenigsten ihn durch. Oft sind die gesteckten Ziele und der Verzicht zu tiefgreifend und die Wenigsten halten durch.

Bestaging.coach begleitet Menschen jenseits der 40 auf ihrem Weg zu einem gesunden Lebensstil mit viel Bewegung und einer ausgewogenen Ernährung.

Mit wissenschaftlich fundierten, gut recherchierten Beiträgen im Blog sowie positiven Impulsen und Motivationshilfen auf Facebook verspricht bestaging.coach eine wertvolle Unterstützung für einen gesunden Lebensstil. In der Facebook-Gruppe finden die "Best-Ager" moralische Unterstützung und gemeinsamen Austausch. Aktuelle Themen wie Zahnimplantate im Ausland, Algenöl als vegane Omega-3-Quelle oder Schwimmtraining im Alter stoßen auf hohe Resonanz bei den Leserinnen und Lesern. Gast-Autoren und Interviewpartner sind jederzeit willkommen.

Pressekontakt

Krings Kommunikation GmbH

Herr Alexander Krings
Münsterstr. 11
48308 Senden

https://bestaging.coach
alexander.krings@klinik.marketingmail@bestaging.coach

Firmenkontakt

Krings Kommunikation GmbH

Herr Alexander Krings
Münsterstr. 11
48308 Senden

https://bestaging.coach
mail@bestaging.coach

Bestaging.coach bietet Tipps, Infos und Motivation zur gesunden Ernährung und einem Fitness-Lebensstil für Männer und Frauen ab 40. Das Infoportal wird betrieben von der Krings Kommunikation im Münsterland unter redaktioneller Leitung des Diplom-Oecotrophologen Alexander Krings.